Steamed buns

Fabian Fuchs

Rezept für 4

Zutaten Steamed Buns,

ca. 12 Stück
45 g Butter
165 g Milch
21 g Biohefe
360 g Mehl
35 g Zucker
2 g Backpulver
2 g Natron

Zutaten Rinds-Brisket
500 g Rinderbrustkern
1.3 l Wasser
90 g Salz
60 g Zucker

Zutaten Gewürzmarinade
5 g Wacholder
10 g Rosmarin
20 g Salz
20 g Rohrzucker
Limonenabrieb
1 Knoblauchzehe, zerdrückt

Zutaten fermentierter Kabis
1 Kabis, weiss
3 l Wasser
90 g Salz
1 Knoblauchzehe
5 g Kümmel

Zubereitung Steamed Buns

Butter und Milch auf 40 °C erwärmen und die Hefe darin auflösen. Die trockenen Zutaten im Rührkessel vermengen und anschliessend die Flüssigkeit dazugeben. Mit dem Knethacken zu einem kompakten Teig kneten. Zugedeckt eine Stunde gehen lassen. Den Teig ca. 6 mm dick ausrollen. Mit dem gewünschten Ring Kreise ausstechen und zur Hälfte falten. Nochmals 30 Minuten gehen lassen. Im Steamer bei 98 °C Dampf ca. 8–12 Minuten garen.

Zubereitung Rinds-Brisket

Für die Brine: Wasser, Salz und Zucker aufkochen und über Nacht kühlstellen. Die Rinderbrust gut waschen und parieren. Für 7 Tage in die Salzlösung legen und gut abdecken. Das Fleisch herausnehmen und gut abtrocknen. Mit der Trockengewürzmischung einreiben. Für 5 Stunden bei 58 °C im Räucherofen räuchern. Danach für 48 Stunden bei 56 °C sous-vide-garen. Den Fleischsaft aufheben und reduzieren, um ihn später als Sauce für den Bun zu verwenden.

Zug, Mai 2018 © by Fabian Fuchs

Zutaten Gurke
1 Gurke
20 g Leindotteröl
5 g Apfelessig
Salz

Zutaten Frühlingszwiebeln
2 Frühlingszwiebeln

Zutaten Garnitur
Sesam, geröstet
Zwiebel
Kräuter und Sprossen, frisch

Zubereitung fermentierter Kabis

Das Wasser mit dem Salz aufkochen und abkühlen lassen. Den Kabis gut waschen und den Strunk ausschneiden. Den Kabis in einenFermentiertopf geben und mit der flüssigen Salzlake bedecken. Gewürze beigeben. Für ca. 3 Wochen an einen warmen Ort mitZimmertemperatur geben.Alternative: Den Kabis in Streifen herunter schneiden und mit Apfelessig, Rapsöl, Zucker und Salz für ca. 2 Stunden marinieren.

Zubereitung Gurke

Die Gurke in feine Scheiben hobeln. Mit Öl und Essig marinieren und mit Salz abschmecken. 1 Stunde ziehen lassen.

Zubereitung Frühlingszwiebel

Die Frühlingszwiebeln in feine Scheiben schneiden und zum Schluss roh über den Bun streuen.

Tipp

Mit geröstetem Sesam, Zwiebeln, frischen Kräutern und Sprossen anrichten.

Garstufe

Mit VorheizenSteamed Buns, 8–12 Minuten | Dämpfen bei 98 °CRinds-Brisket, 5 Stunden | Räuchern bei 58 °CRinds-Brisket, 48 Stunden | Garen bei 56 °C

Zug, Mai 2018 © by Fabian Fuchs